

【リーフレット】

「しなやかな心」の育成プロジェクト

山梨県教育庁保健体育課

## 家族で心も体もウォームアップ教室

【期 日】 令和8年11月28日（土）

【時 間】 9：30～11：40（受付9:00～）

【場 所】 小瀬スポーツ公園 武道館 メインアリーナ  
（甲府市小瀬町840）



【対 象】 未就学児から小学校低学年（3年生以下）の児童とその保護者

【内 容】 運動テーマ「親子で鬼ごっこ」～鬼ごっこの歴史を知って、心と身体で楽しもう！～

①親子でウォームアップ(準備体操)

② 鬼ごっこのひみつ（歴史やルーツを楽しく学ぶプチ講座）

③ みんなで色々な鬼遊び（みんなで楽しめる鬼ごっこ）

【参加費】 無 料

【持ち物等】 運動ができる服装、室内シューズ、飲み物(水分補給)、タオル

【申込方法】 ①Forms（アンケート機能）

下記のQRコードまたはURL から

回答フォームに入り、お申し込みください。

R8 家族で心も体もウォームアップ教室  
申込



<https://forms.cloud.microsoft/r/XzcNBEENsW>

申込期間 令和8年10月1日(木)～10月31日(土)

※先着75組(150名程度)となり次第、締め切らせていただきます。

講師に、アスとれ総合型クラブ代表で現在、山梨県スポーツ鬼ごっこ連盟会長を務める花輪和志氏(ほか1名)をお招きし、身近にできる親子での運動遊びを中心に、楽しい時間となるよう考えています。奮って、ご参加ください。

